



## X-Plain™ Arritmia Cardíaca

### Sumario

La arritmia cardíaca es una irregularidad del latido del corazón que hace que éste palpite demasiado despacio, demasiado rápido o irregularmente.

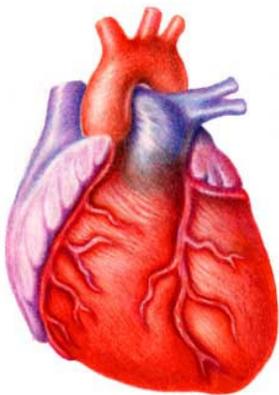
Hay diferentes tipos de arritmias. La mayoría de las arritmias no son peligrosas. Sin embargo, a veces pueden ser fatales y son éstas las que requieren atención médica inmediata.

El tratamiento de las arritmias cardíacas puede requerir medicamentos a largo plazo o tratamientos con electrochoque. Los procedimientos quirúrgicos para implantar marcapasos o desfibriladores raramente son necesarios.

Este programa de educación al paciente le explicará lo que es la arritmia, sus causas, sus síntomas, el diagnóstico y las opciones de tratamiento.

#### El Corazón

Entender cómo funciona el corazón nos ayuda a entender las arritmias. El corazón es el músculo más importante del cuerpo.



El corazón tiene dos lados; el lado derecho y el lado izquierdo.

Cada lado del corazón tiene dos cámaras; una aurícula y un ventrículo.

Observemos como fluye la sangre por el cuerpo:

1. Una vez que el cuerpo usa el oxígeno que está en la sangre, la sangre entra en el corazón por la aurícula derecha.
2. La aurícula derecha se contrae y la sangre es bombeada al ventrículo derecho.
3. El ventrículo derecho se contrae y la sangre es bombeada a los pulmones.
4. En los pulmones, la sangre se llena del oxígeno que respiramos.
5. Desde los pulmones, la sangre rica en oxígeno va a la aurícula izquierda.
6. La aurícula izquierda se contrae y la sangre es bombeada al ventrículo izquierdo.
7. El ventrículo izquierdo se contrae y la sangre es bombeada por todo el cuerpo mediante la arteria más grande, la aorta.
8. Dentro del cuerpo, los órganos y los tejidos toman el oxígeno que necesitan de la sangre.
9. Finalmente, la sangre vuelve a la aurícula derecha y todo el ciclo comienza de nuevo.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Las contracciones del corazón están sincronizadas. Primero, las aurículas se contraen juntas, y después los ventrículos se contraen juntos. Un ritmo cardiaco normal, en un estado de reposo, suele estar entre 60 y 100 latidos por minuto.

Los músculos del corazón se contraen y bombean la sangre debido a que una pequeña corriente eléctrica los activa. La corriente eléctrica se genera en un lugar del corazón llamado nódulo sinusal. Éste hace que las aurículas se contraigan y bombeen la sangre a los ventrículos.

Desde el nódulo sinusal, la corriente eléctrica viaja por medio de fibras parecidas a cables eléctricos, a otra área de los ventrículos llamada nódulo aurículo-ventricular, o nódulo AV.

Desde el nódulo AV, la corriente eléctrica viaja a los ventrículos y hace que éstos se contraigan y bombeen la sangre.

El corazón puede producir hasta 150 latidos por minuto como respuesta al estrés físico o emocional. También puede latir más despacio, hasta un mínimo de 50 latidos por minuto, cuando uno está en estado de reposo.

Cada persona tiene ritmos cardiacos distintos durante la actividad física y en estado de reposo. Esto es normal siempre que la presión cardiaca no disminuya demasiado debido a un aumento o disminución en el ritmo cardiaco. La presión sanguínea se genera por las contracciones cardiacas.

### **Arritmia Cardiaca**

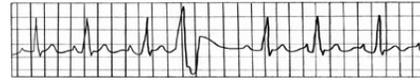
La arritmia cardiaca es el nombre que se le da a un conjunto de problemas que hacen que el corazón lata:

- demasiado lento

- demasiado rápido
- irregularmente

Un ritmo cardiaco anormalmente rápido se llama taquiarritmia porque taqui significa rápido en latín.

Un ritmo cardiaco anormalmente lento se llama bradiarritmia porque bradi significa lento en latín.



Otros ritmos cardiacos irregulares simplemente se les llaman arritmias.

Las arritmias tienen distintas causas:

- el nódulo sinusal no puede generar los suficientes latidos
- el ritmo del nódulo sinusal se vuelve anormal
- si otras áreas de la aurícula asumen la función del nódulo sinusal.

Otras arritmias ocurren porque se produce una interrupción en las conexiones eléctricas cardiacas, haciendo que los ventrículos latan independientemente de las aurículas.

En el peor de los casos, los ventrículos no pueden latir eficazmente, creando una enfermedad llamada fibrilación ventricular. Cuando esto sucede, el corazón no puede bombear la sangre y el paciente muere rápidamente. La causa más común de la muerte repentina es la fibrilación ventricular.

### **Los Síntomas**

Cuando el latido cardiaco se torna irregular, una persona puede sentir en el pecho:

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

- palpitaciones
- punzadas
- latidos violentos
- golpeo
- aleteo
- sensación de que el corazón saltó un latido

En las arritmias más serias, las personas se pueden sentir débiles o mareadas.

El dolor de pecho y la falta de aire también pueden ocurrir debido al ritmo cardíaco irregular.

Es importante saber tomarse el pulso. Puede encontrarlo en el interior de su muñeca, en el lado que está más cerca al pulgar. Con los dedos índice y medio de la otra mano, cuente cuántos latidos siente en 15 segundos. Multiplique ese número por 4 para obtener su ritmo cardíaco por minuto.



Mientras cuente, asegúrese de que los latidos están espaciados igualmente y no saltan.

## Las Causas

Las arritmias cardíacas tienen muchas causas. Algunas personas nacen con un latido cardíaco irregular.

Otras personas pueden tener arritmias si consumen tabaco, alcohol o cafeína habitualmente. Las drogas ilícitas también pueden producir arritmias.

Algunas personas padecen arritmias debido a las pastillas dietéticas o a los medicamentos contra los resfriados.

Algunas enfermedades cardíacas también pueden causar arritmias. Sin embargo, las causas más comunes de las arritmias son los ataques cardíacos y el ensanchamiento del corazón, por tener la presión sanguínea demasiado alta.

Algunos problemas médicos, tales como una glándula tiroides hiperactiva, también puede causar arritmias.

## Tipos y Riesgos

Hay varios tipos de arritmias. Las arritmias que empiezan en las aurículas se llaman arritmias auriculares. Las que comienzan en los ventrículos se llaman arritmias ventriculares y suelen ser más peligrosas que las auriculares.

La mayoría de las arritmias no son peligrosas. Sin embargo, si una persona siente latidos cardíacos anormales y cree que podría ser debido a una arritmia, debería consultarlo con su médico.

Algunos tipos de arritmias pueden ser fatales. Estos casos suelen estar asociados con las enfermedades cardíacas.

Algunas arritmias son peligrosas porque un ritmo cardíaco irregular puede impedir que el corazón bombee suficiente sangre. Esto podría

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

causar una baja en la presión sanguínea, lo que podría ser mortal.

En algunos tipos de arritmias la presión sanguínea no se ve afectada. Sin embargo, puede que no toda la sangre sea bombeada completamente con cada latido, lo que podría provocar que se formen coágulos de sangre en las cámaras cardíacas. Esto suele ser el caso de ciertos tipos de arritmias llamadas fibrilación auricular. En la fibrilación auricular, las aurículas se estremecen en vez de contraerse.

Los coágulos de sangre que se forman en las cámaras cardíacas podrían desprenderse y ser transportados hasta el cerebro, lo que podría provocar un derrame.

### **Diagnos**

Después de tomar nota de la historia médica del paciente y de hacerle un examen físico, el médico puede pedir que se hagan otros exámenes para averiguar si el paciente tiene arritmias, y si las tiene, de qué tipo son.

Las arritmias cardíacas se diagnostican por medio de un electrocardiograma, también conocido en inglés como EKG. Este examen sólo dura unos minutos. Durante este examen, se colocan los electrodos en el pecho y en el cuerpo, para grabar los impulsos eléctricos del corazón.

Debido a que las arritmias cardíacas vienen y van, puede que no se note nada anormal durante un electrocardiograma. Si este es el caso, se le pedirá al paciente que use un monitor portátil llamado monitor de Holter. Un monitor de Holter graba los impulsos eléctricos del corazón durante 24 horas, tal como lo haría un electrocardiograma.

Si la arritmia se presenta en el intervalo de varios días o semanas, el paciente podría llevar consigo un aparato de grabación. Cuando el

paciente siente la arritmia, él o ella activa el aparato para grabar un electrocardiograma. La información grabada se comunica al médico por teléfono, para que éste lleve a cabo un análisis. Esto se llama chequeo transtelefónico.

El médico puede pedir al paciente que haga algún tipo de ejercicio mientras se chequea el ritmo cardíaco. Este examen se llama electrocardiograma de esfuerzo.

Es importante averiguar lo que está causando la arritmia cardíaca. Para hacer esto, un médico deberá revisar el corazón, la presión arterial, el azúcar en la sangre, y los niveles de las hormonas tiroideas.

El médico también puede pedir un estudio electrofisiológico, o EPS. Durante este procedimiento, el médico inserta un tubo muy delgado dentro de un vaso sanguíneo del brazo o de la pierna, y lo empuja hasta que alcanza el corazón. Así el médico podrá averiguar lo que está provocando la arritmia y qué medicamentos se pueden usar para tratarla.

Si el médico está muy preocupado por las arritmias del paciente, él o ella puede optar por internarlo en el hospital y comprobar su latido cardíaco allí.

### **El Tratamiento**

El tratamiento de las arritmias cardíacas depende del tipo de arritmia y su gravedad. Muchos tipos de arritmias no requieren tratamiento.

Si el corazón se salta un latido, es posible que se le pida al paciente que disminuya su consumo de cafeína. A veces esto es lo único que se necesita para restaurar el ritmo cardíaco normal.

---

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

En otros casos, los medicamentos solos pueden ser suficientes para mantener el ritmo normal del corazón.

A veces se necesita utilizar disolventes de la sangre para evitar que se formen coágulos de sangre en el corazón. Controlar la presión sanguínea alta también puede ayudar.

Si ninguno de los tratamientos logra mejorar la arritmia cardíaca, se pueden probar otros procedimientos. Su médico puede devolverle un ritmo cardíaco normal administrándole electrochoques en el corazón. Este procedimiento se llama cardioversión o electrocardioversión.

A veces las arritmias se producen porque ciertas partes del corazón se vuelven hiperactivas. Si este es el caso a tratar, el médico podrá insertar un tubo fino en un vaso sanguíneo, hacerlo llegar al corazón y destruir así las rutas eléctricas que provocan el sobre-estímulo. A este proceso se le llama ablación de radiofrecuencia.

En algunos casos de arritmia, los pacientes pueden tomar un medicamento a largo plazo para evitar que la arritmia se repita de nuevo.

Para los casos en que el ritmo cardíaco sea demasiado rápido, se insertará quirúrgicamente un defibrilador. El defibrilador puede detectar cuándo el corazón está latiendo peligrosamente rápido. Cuando esto ocurre, el defibrilador envía un choque eléctrico al corazón para que vuelva al ritmo cardíaco normal.

En algunos casos de arritmia, los pacientes pueden tomar un medicamento a largo plazo para evitar que la arritmia se repita de nuevo.

## La Prevención

La mejor manera de prevenir la arritmia cardíaca grave es mantener un corazón sano. Las

10 sugerencias que siguen a continuación, pueden ayudarle a mantener un corazón sano.

1. No fume.
2. Esté físicamente activo, siempre bajo la supervisión de un médico.
3. Haga una dieta saludable, equilibrada, rica en fibras y baja en grasa.
4. Chequee el nivel de colesterol en la sangre. Si está alto, contrólole.
5. Chequee su presión sanguínea regularmente. Si está alta, contrólela.
6. Pierda peso si tiene sobrepeso.
7. Haga ejercicio regularmente.
8. Chequee el nivel de azúcar en la sangre. Si está alto, contrólole.
9. Duerma suficiente por las noches.
10. Controle el nivel de estrés de su vida.

Si usted padece de enfermedad cardíaca, consulte con su médico antes de comenzar un programa de ejercicios o un programa para perder peso.

## Resumen

La arritmia cardíaca es un ritmo cardíaco irregular. Hay muchos tipos de arritmias. Muy pocos son peligrosos.

Algunas arritmias cardíacas pueden causar la muerte repentina o producir coágulos de sangre que pueden viajar desde el corazón hasta el cerebro, y provocar un derrame. Por eso, las personas que sienten latidos cardíacos anormales deben consultarlo con sus médicos.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Gracias a los avances médicos, existen varias opciones de tratamiento para las arritmias cardíacas.

Llevar un estilo de vida saludable y mantener un corazón fuerte, puede ayudar en la prevención de las arritmias.

---

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.